تدبیر

مجلهء معلوماتی کمیتهء سویدن برای افغانستان

شمارهء سوم سال دوم

حمل - جوزا ۱۳۷۹ هجری شمسی مطابق اپریل - جون ۲۰۰۰ م

بسم الله الرحمن الرحیم

محترم ترین شما نزد خداوند (ج) متقی ترین شماست.

قرآن کریم

دربرگ های این شماره:

- السلامُ علیکم
- به معلومات دینی خویش بیافزائید
- افغانستان ته د سویډن د کمیټې مرستې
- اخبار
- د ښوونې او روزنې پروګرام
- راپورها و گزارشات
- د LFA یا منطقي چوکاټ طریقې پر بنیاد د پلان جوړول ...
- کلتور فرهنگ و آثار باستانی افغانستان.
- در سر زمین شعر و ادب
- وضع صحی در درهء علی شنگ
- د خواشینی څرګند ونه
- شما و صحت شما
- په ساحوکې د LFA .په هکله ورکشاپونه
- طرق فعال نگهداشتن چاه های آب...
- سرگرمی ها
- بیائید بخندیم

دا د تد بیر مجله ده!

دا د تدبیر مجلې کومه چې یوه نوې مجله او د افغانستان لپاره د سویډن د کمیټې له خوا خپرېږی دریمه گڼه ده. ددې مجلې له خپرولو څخه زمونږ هدف دادی چې د سویډن د کمیټې کارمندانو او نورو افغانی لوستونکوته هغه کټور معلومات وړاندی کړو کوم چې د افغانستان خلکوته د سویډن د کمیټې مرستو رسولو سره اړه لري. د تدبیر مجله په هرو دریو میاشتو کې یو ځل خپرېږی.

زمونږ د قلمی همکارانو غړیتوب تر لاسه کړئ!

ددې لپاره چې ددې مجلې محتوا نوره هم سمه بڼه غوره کړي مونږ ټولو قلمی همکارانوته اړتیا لرو تر څو خپلې مقالې، رسمونه، عکسونه، مفکورې او نظریې را واستوي. مهربانی وکړی او مونږ ته لیکونه راواستوئ. همدا رنګه مونږ علاقمند یو تر څو ستاسی څخه زموږ د مجلې په هکله زیاتی نظریی تر لاسه کړو. نو مهربانی وکړی زمونږ د مجلې په باب مو خپل نظر راته وواياست. مونږ پخپلو لوستونکو اتکا لرو. لدې کبله مهربانی وکړی او لاس په قلم شئ.

ددې لپاره چې ددې مجلې له لیکونکي هیئت سره د سویډن دکمیټې د معلوماتو په څانګه کې تماس ونیولای شی. مهربانی وکړی او خپل پیغامونه د سویډن د کمیټې ساحوی دفترونو ته په جلال آباد، غزنی، تالقانو، مزارشریف او کابل کې ور واستوی. یا خپل پیغامونه په پاکستان کې زمونږ مرکزی دفتر ته را واستوی.

زمونږ د مرکزی دفتر پته:

د افغانستان لپاره د سویډن د کمیټې د معلوماتو څانګه

عمومی پُست بکس لمبر: ۶۸۹، پیښور، پاکستان

د تیلفون لمبر: ۰۹۲-۰۹۱-۸۴۰۲۵۷

د فکس لمبر: ۰۹۲-۰۹۱-۸۴۰۵۱۹

د ایمیل پته: infosca@brain.net.pk

شرح روی جلد: نمای از زیارت خواجه ابو نصر پارسا در بلخ که مضمون مربوطهء آنرا در صفحهء دهم همین شماره میتوانید ملاحظه فرمائید.

تدبیر

ارگان نشراتی کمیتهء سویدن برای افغانستان

مؤسس	:	کمیتهء سویدن برای افغانستان
تحت نظر	:	هیئت تحریر
سر دبیر	:	آك جانسن (Aake Johansson)
مشاور	:	احمد فرید "عارف"
مهتمم و دیزاین	:	میثاقیه دوستدار "سیما"
سال تأسیس	:	۱۳۷۸ هجری شمسی
تیراژ	:	۴۰۰۰ شماره
محل چاپ	:	مطبوعهء اکبر (پشاور)

PROPERTY OF ARIC Established 1989

سخنی چند با خواننده گان

السلام علیکم

از مدت تقریباً ۲۰ سال به این طرف کمیتهء سویدن به همکاری خود با مردم افغانستان ادامه داده است. در این مدت زمان سعی به عمل آورده ایم تا با بیشترین طاقت و توان به انجام وظایف محولهء خویش بپردازیم، ولی باید گفت که گاهی در انجام این وظایف با ناکامی های هم مواجه شده ایم زیرا ما بشر هستیم و گاه گاه اتفاق می افتد تصامیمی را اتخاذ نمائیم که صحیح نباشد.

از جمله یکی هم تصمیمی بود که بالای ما در آغاز سال جاری تحمیل گردید و درنتیجهء آن مجبور شدیم مجموعاً ٦٧ باب مکتب و ۲۲ باب کلینیك صحی راکه توسط کمیتهء سویدن تمویل میشد مسدود نماییم. دلیل بسته شدن این مکاتب و کلینیك ها محض تنقیص در وجوه مالی از طرف یکی از تمویل کننده گان کمیتهء سویدن بود که در نتیجهء آن به یك کسر بزرگ بودجوی مواجه شدیم که جهت رفع این مشکل بسیاری از مصارفات را از قبیل خریداری موترهای تیز رفتار، بعضی امتیازات کارمندان، افزایش معاشاتیکه برای کارمندان در نظر گرفته شده بود و غیره را کم نمودیم، ولی این همه کافی نبوده و بالاخره مجبور شدیم تا تعدادی از مکاتب و کلینیك ها را نیز مسدود سازیم. در غیر آن ما وعده هاو قول های خود را عملی کرده نتوانسته و برای تحقق آنها از پرداخت پول عاجز می ماندیم.

باید واضح شود که کمیتهء سویدن به حساب خود وجوه مالی اندکی در اختیار دارد. مقدار دیگر وجوه مالی را مردم عادی سویدن کمك مینمائیند، ولی قسمت بزرگ کمك ها را که از آنها برای پروگرام های مربوط به افغانستان استفاده مینمائیم از طرف حکومت ها دریافت میکنیم که عمدتاً شامل حکومت سویدن و اتحادیهء اروپائی‌میباشند. مشکل در اینجاست که حکومت ها در پهلوی تمویل پروگرام های مربوط افغانستان مکلفیت های دیگری نیز دارند. به عبارت دیگر افغانستان باید با سایر کشورهای جهان که در آنها تقریباً عین شرایط و حالات خراب حکمفرما ست رقابت کند و در نتیجه سازمانهای امدادی که در افغانستان کار میکنند، مانند کمیتهء سویدن مجبور اند برای تصرف حتی یك روپیه هم باید مجادله نمایند. بعضی اوقات این تلاش های ما مؤثر واقع شده و گاهی هم به مشکلات مواجه میشویم چنانچه اخیراً به همچو مشکلات رو برو شده ایم.

با وجود این همه مشکلات کمیتهء سویدن صادقانه تلاش به خرچ میدهد تا به وعده های خویش وفا نماید. ما قصد نداریم مردم افغانستان را در این لحظات دشوار تنها بگذاریم . بلکه در نظر داریم تا به یاری خداوند به کارهای خویش مطابق استطاعت و توانمندی هنوز برای سال های زیادی ادامه دهیم و سعی مینماییم تا منابعی را که در دسترس ما گذاشته شده به بهترین نوع آنها مورد استفاده قرار دهیم.

اندرز فنگ

رئیس عمومی کمیتهء سویدن برای افغانستان

PROPERTY OF ACKU

به معلومات دینی خویش بیافزائید

نگاهی به دعوت های صلح آمیز اسلام

احمد فرید "عارفی"

طوریکه بر همه هویداست دین مقدس اسلام همواره پیرو صلح و آشتی بوده از همین لحاظ حتی با مخالفینش نیز از در صلح و مذاکره پیش آمده و دایماً تأکید براین نموده است تا پیروانش را وادار بر آن سازد که در مسیر دعوت و تبلیغ شان همواره از صفا و صمیمت و سخنان نرم و صلح آمیز استفاده نمایند. از همین لحاظ در طول تاریخ اسلام هیچ غزوهء، سریه، و معرکهء را نمیتوان دریافت که بدون دعوت و سخنان صلح آمیز به وقوع پیوسته باشد و حتی در هنگام جنگ و بعد از جنگ نیز پیامبر و پیروان او بدین امر توجه داشته و زیاد تلاش و کوشش مینمودند تا از قتل، کشتار و تخریب جلوگیری به عمل آید. چنانچه پیامبر (ص) قبل از هر غزوه و هر سریه دایماً هئیتی را به سوی مخالفین همراه با پیامی که در آن موضوعات دعوت بسوی خداوند، صلح و صفا ذکر گردیده بود، میفرستاد که اینک جهت ثبوت این ادعا نامه های پیامبر (ص) را که به سران جهان فرستاده بودند به نشر میرسانیم که از محتوأ آنها میتوان دریافت که اسلام تا چه اندازهء به موضوعات دعوت صلح آمیز، اجتناب از جنگ و زندگی پر از صلح و صفا ارج میگذارد.

۱. نامهء پیامبر خدا به نجاشی پادشاه حبشه:

" بنام خدای بخشاینده و مهربان از طرف محمد رسول خدا (ج) به نجاشی اصحم پادشاه حبشه: من خداوندی را که پادشاه است، پاك است نصرت دهنده فرستاده گان خود است و حاکم و مسیطر و نگهبان است برای تو حمد و ستایش میکنم و شهادت میدهم که عیسی روح خدا و کلمهء او است که آنرا به مریم بتول پاك، نیك، و پاکدامن القاء نمود که در اثر آن حضرت مریم آبستن گرفت و عیسی در شکمش پیدا گردیده خداوند او را از روح و دمیدن خود خلق نمود چنانچه آدم را بدست خود خلق نمود و از روح خود در وی دمید و من ترا به سوی خدای واحد و لا شریك فرا میخوانم و از تو میخواهم که در اطاعت وی ملازمت و مواظبت نمایی و ترا به این دعوت میکنم تا از من پیروی کنی و بمن و آنچه که برای من آمده است ایمان بیاوری. چون من رسول خدا هستم پسر کاکایم جعفر را با تنی چند از مسلمین به طرف تو فرستادم چون آنها نزدت آمدند آنها را عزت نما و گردن کشی را کنار بگذار و من ترا و عساکرت را به سوی خدا دعوت میکنم و من ابلاغ نمودم و نصیحت کردم پس نصیحت مرا قبول کنید و سلامتی بر کسی باد که از هدایت پیروی نماید."

خواننده گان از خلال متن نامهء فوق الذکر میتوانند دریابند که روح اسلام تا چه اندازهء با موضوعات صلح، زندگی صلح آمیز و همزیستی مسالمت آمیز ارج گذاشته و در همه امورات خویش آنرا رعایت مینماید. انشأالله در شمارهء بعدی تأثیرات مثبت این روش نیکوی اسلام را در خلال دعوت هایش مورد بحث قرار داده و آنرا از متن جواب نامهء نجاشی پادشاه حبشه برای حضرت محمد صلی الله علیه وسلم درك نموده و خواهیم دید که چطور رعایت نمودن این اصول یعنی دعوت های صلح آمیز قبل از جنگ نتایج مثبتی را به بار میآورند.

دانستنی های از کتاب الله مجید

۱-در تمام قرآن عظیم الشان صرف در دو آیهء مبارکه تمام حروف الفبای عربی شامل است و آن آیهء شماره ۱۵٤ آل عمران پارهء چهار و آیهء شماره ۲۹ سورهء الفتح پارهء ۲٦ میباشد.

۲- طویلترین آیهء قرآن آیهء شمارهء ۲۸۲ سورهء بقره پارهء سوم میباشد، که به آیهء تداینه مشهور است.

۳- از جمله ۱۱٤ سورهء قرآن ۸٦ آن مکی و متباقی ۲۸ آن مدنی است، سوره های مکی قبل از هجرت و مدنی بعد از هجرت نازل گردیده است.

٤- قرآن عظیم الشان به بسم الله شروع و به والناس ختم گردیده است یعنی شروع آن به حرف ب و ختم آن به حرف س است که از آن کلمهء بس بوجود میائید. بس کلمهء عربی است و معنی کافی و پوره را میدهد که این هم به معنی مکمل بودن قرآن است.

٥- از جمله سوره های قرآن ۲۹ سورهء آن به حروف مقطعات آغاز گردیده که معنی آن را به جز از خداوند (ج) کسی نمی‌داند و یا رازیست بین خداوند (ج) و پیغمبرش.

٦-در حدود ۱۲٤ هزار کم و بیش پیغمبران در روی جهان گذشته که از جمله اسمای ۲٥ تن شان در قرآن ذکر است که قرار ذیل میباشد:
ابراهیم (ع)، داود (ع)، هارون (ع)، الیسع (ع)، شعیب (ع)، اسحق (ع) سلیمان (ع)، ذکریا (ع)، یونس (ع)، ذوالکفل (ع)، اسمعیل (ع)، ایوب (ع)، یحیی (ع)، لوط (ع)، هود (ع)، یعقوب (ع)، یوسف (ع)، عیسی (ع)، ادریس (ع)، آدم (ع)، نوح (ع)، موسی (ع)، الیاس (ع)، صالح (ع) و حضرت محمد (ص).
نوت: در نبوت ذوالکفل (ع) اختلاف است.

۷-از تمام پیغمبران اسم موسی (ع) در قرآن کریم زیاد ذکر شده که به ۱۳٥ بار بالغ میگردد.

برادران و خواهران عزیز اگر هر فرد ما و شما یك سیت تفسیر کابلی را تهیه نموده و صرف دو دو رکوع روزانه نزد خویش تلاوت نمائیم انشاالله پیشتر از یکسال تمام قرآن را با ترجمه و تفسیر ختم نموده، که در نتیجه از یکطرف رضای خداوند (ج) را حاصل مینمائیم و از طرف دیگر ذهن ما حتی الوسع از تمام مضامین قرآن آگاه میشود.

و من الله التوفیق

مرتب: عبدالظاهر از بخش مالی دفتر مرکزی کمیتهء سویدن

آیا میدانید؟

- **اسم پدر حضرت سلیمان (ع) داود (ع) بوده و او نیز پیامبر بود؟**
- **حضرت سلیمان (ع) به لسان حیوانات و پرنده گان آگاهی داشت و داود (ع) توسط دست های شان آهن را نرم مینمودند ؟**
- **کشتی نوح (ع) ۱۰۰۰ گز طول و ٤۰۰ گز عرض داشت؟**
- **حضرت عیسی (ع) در چند روزگی شان به نبوت منصوب شده و در گهواره سخن میزد؟**
- **کم سن ترین شهید غزوهء بدر حضرت عمر بن وقاص بودند؟**
- **اشتری که حضرت محمد (ص) در دوران هجرات سوار بودند (القصوی) نام داشت؟**
- **غسل جنازهء حضرت محمد (ص) را حضرت علی (رض) اجرأ فرمودند؟**

گزینش از : ثاقب

اخبار

از بخش خبری و مطبوعاتی" تدبیر"

مذاکرات برای یافتن راه حل صلح آمیز برای قضیهء افغانستان

جده:
به خاطر در یافت راه حل صلح آمیز برای خاتمهء جنگ در افغانستان، مذاکرات سیاسی بین جناح های درگیر در افغانستان تحت ریاست کنفرانس کشور های اسلامی در شهر جدهء عربستان سعودی به مدت سه روز در هفتهء دوم ماه مارچ سال جاری صورت گرفت. مذاکرات بدون کدام نتیجه مثبت اختتام پذیرفت ولی در ماه آینده دوباره از سر گرفته خواهد شد.

توکیو:
حکومت جاپان در ماه مارچ مذاکرات صلح را بین جناح های در گیر در افغانستان براه انداخت مگر بدون کدام نتیجه مثبتی در اثر عدم اشتراك طالبان در این مذاکرات خاتمه یافت.

روم:
به تعقیب کنفرانس های صلح افغانستان که به ابتکار محمد ظاهر شاه، پادشاه سابق افغانستان در شهر روم پایتخت کشور ایتالیا از یك سال بدینسو چندین بار منعقد گردیده بود باز هم کنفرانسی در ماه مارچ سال جاری برای دو روز دیگر دایر شد. در این کنفرانس تصمیم بر آن شد تا جناح های در گیر در افغانستان توسط هیأت این کنفرانس دیده شوند و نظریات شان در بارهء انعقاد لویه جرگه اظطراری اخذ شود.

جنگ های پراگنده در شمال و مرکز کشور:

در جریان سه ماه اخیر جنگ های پراگنده بدون کدام تغییرات قابل ملاحظهء در خطوط جنگی چندین منطقه صفحات شمال کشور از جمله در ولسوالی های خان آباد، درهء صوف، سنگ چارك و سر پل صورت گرفته است. همچنان درگیریهای بین طالبان و جبههء متحد در چندین ولسوالی در ولایت غور نیز به وقوع پیوسته است.

فرار اسماعیل خان از زندان:

اسماعیل خان یکتن از قوماندانان مقتدر مخالفین طالبان و مسؤل سابقه حوزه جنوب غرب در اواخر ماه مارچ سال جاری از زندان طالبان در قندهار فرار نمود. اسماعیل خان در سال ۱۹۹۷م وقتی توسط طالبان دستگیر گردید که قوای طالبان چندین ولایات سمت شمال را به تصرف خود در آوردند. اسماعیل خان میگوید که فرار وی از زندان به کمك مجاهدین سابق که فعلاً با طالبان کار می نمایند صورت پذیرفت.

خشکسالی در کشور:

خشکسالی شدیدی امسال ولایات قندهار، فراه، هلمند، و زابل را شدیداً متأثر نموده است. این خشکسالی که بدترین نوع از سال ۱۹۷۱م بدینسو میباشد، باعث از بین رفتن زراعت و حیوانات اهلی در این ولایات شده است. کوچی های که اکثرا در این ولایات بود و باش دارند میگویند که تقریباً ۸۰ فیصد از مواشی خود را از دست داده اند.

قرار احصایهء سازمان جهانی خوراك و زراعت ملل متحد تقریباً چهارصد هزار نفر از باشنده گان این ولایات به کمك های عاجل مواد غذائی ضرورت دارند. سازمان جهانی خوراك و زراعت ملل متحد و دیگر سازمان های بین المللی کوشش مینمایند تا به متاثرین از این ناحیه کمك برسانند. این خشکسالی همچنان مناطق وسیعی از بلوچستان و سند را درپاکستان و منطقهء راجستان را در هندوستان متأثر ساخته است.

سرقت در دفتر ساحوی جنوب شرقی کمیتهء سویدن در غزنی:

در شب دوم ماه اپریل سال جاری اشخاص ناشناس و مسلح داخل احاطهء دفتر ساحوی شرقی کمیتهء سویدن در شهر غزنی شده و بعد از بسته نمودن محافظین دفتر و شکستاندن سیف های این دفتر مبلغی دو هزار و یکصد و هشتاد و دو میلیون افغانی(۲۱۸۲۰۰۰۰۰۰) را به سرقت بردند. مقامات محلی تا هنوز در دستگیری سارقین موفق نشده اند. قابل تذکر است که مبلغ سرقت شده به خاطر توزیع معاشات کارمندان کلینیك ها و مکاتبی که توسط کمیتهء سویدن اکمال میشوند تدارك دیده شده بود.

افغانستان ته د سویډن د کمیټې مرستې له ۱۹۸۰م راهیسې

د افغانستان لپاره د سویډن د کمیټې بنسټ په ۱۹۸۰ م کال کښې د یوې بشري مرستندویه، غیر دولتی موسسی په شکل کښیښول شو. د دې موسسې غوره مقصد (عمده هدف) د ملي خپلواکي د پاره د افغانانو د مبارزې (هلو ځلو) ملاتړ وه.نن ورځ د سویډن کمیټې خپله مرسته د انکشافی پروګرامونو په لور اړولی ده او په روغتیا، ښوونه او روزنه او کرهنه باندی یې متمرکز (ځرخولی) کړې ده. دا پروګرامونه د مرکزی اداری دفتر له خوا چې په پیښور کې دی او دری ساحوی دفترونو له خوا چې په افغانستان کښې دی اداره کیږی. دا دفترونه په تالقان، کابل (چې په دی وروستیو کښې له جلال آباد څخه تللی) او غزنی کښې واقع دی. د سویډن کمیټه په ۱۹ ولایتونو کښې کار کوی.

په ۱۹۹۹م کال کښې د سویډن د کمیټې مرسته د افغانستان لپاره د ټولو مرستو ۴ فیصده وه. سره ددې د روغتیا او ښوونې او روزنې په پروګرامونو کښې د سویډن د کمیټې د انکشافی مرستې وندې (برخه) ډیره ځرګنده (وتلی) ده. د ښوونې او روزنې په برخه کښې د ټولو بین المللی مرستو ٦٢ فیصده د سویډن د کمیټې د ښوونې او روزنې پروګرام تشکیلوي.

سکتور	په ۱۹۹۹م کال دټولو مرستو اندازه	په ۱۹۹۹م کال کې د سویډن د کمیټی وندې	
ښوونه او روزنه	٦ میلیونه امریکائي ډالر (۱۰۰%)	۳/۷ میلیونه امریکائي ډالر	٦٢ %
روغتیائی چارې	۱۴ میلیونه امریکائی ډالر (۱۰۰ %)	۴/۵ میلیونه امریکائی ډالر	۳۲ %
د کرهنې چارې	۱۲ میلیونه امریکائی ډالر (۱۰۰ %)	۰/۱ میلیونه امریکائی ډالر	۰/۸ %
اضطراری پروژې	۱۹ میلیونه امریکائی ډالر (۱۰۰ %)	۰/۴ میلیونه امریکائی ډالر	۲/۱ %
ټول	۵۱ میلیونه امریکائی ډالر (۱۰۰ %)	۸/۷ میلیونه امریکائی ډالر	

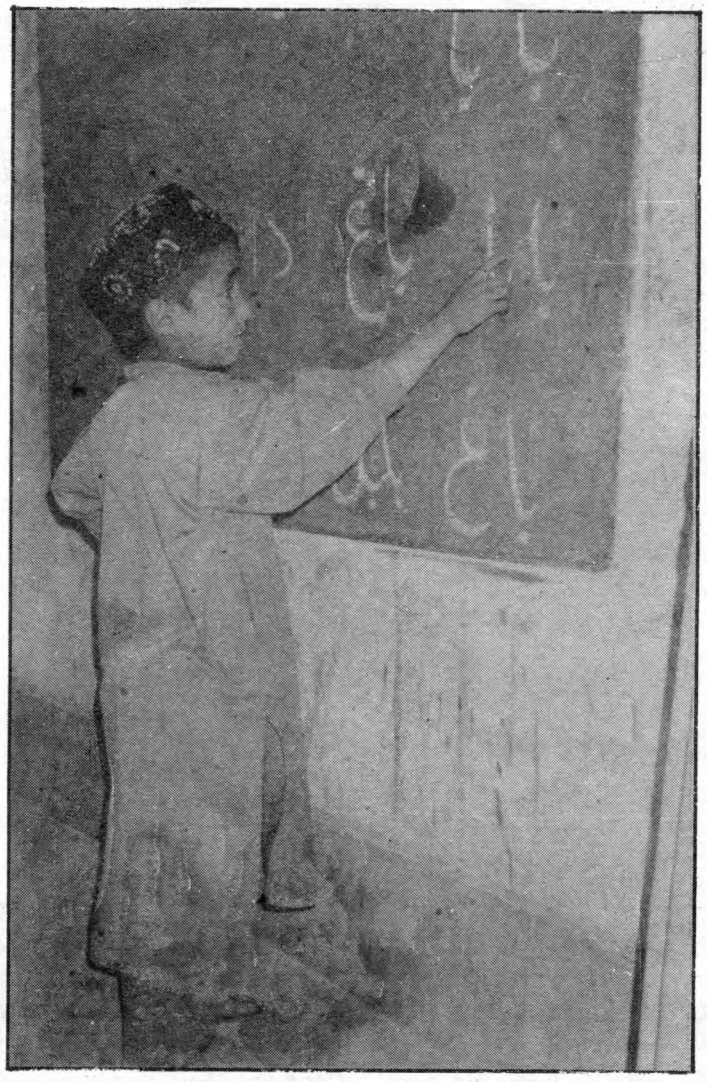
د افغانستان لپاره د سویډن د کمیټې د ښوونې او روزنې پروګرام

د سویډن کمیټې د ښوونې او روزنې د پروګرام په برخه کې د پخوانیو وړاندې کړې شویو معلوماتو په تعقیب اوس غواړو تاسو ته په څو نورو ټکو رڼا واچوو. تاسو ته معلومه ده چې په روانه پیړۍ کې چې ورځ په ورځ نوې اختراع ګانې کیږي، تخنیک او تکنالوژي پر مختګ کوي، نو زمونږ او ستاسو وظیفه ده چې تر ممکنه حده د نړۍ له دې غوښتنو سره ځانونه عیار کړو او خپله ښوونه او روزنه داسې پر مخ بوزو چې راتلونکی نسل ددغو چلنجونو په مقابل کې او د خپل وطن په بیا رغونه کې فعاله ونډه واخلي.

په تیرو ګڼو کې مونږ د سویډن دکمیټې د ښوونې او روزنې په هکله تاسو ته عمومي معلومات وړاندې کړل او هم مو یو له هغو فعالیتونو څخه چې مونږ اوس د پروګرام د لا سمون په منظور تر اجرا لاندې نیولی دی یادونه کړې وه چې هغه د ښوونځیو د مشاورینو علمي او مسلکي روزنه ده، چې اوس هم دوام لري او انشاالله د پروګرام په انکشاف کې به مهم رول ولوبوي.

دوهم ټکی چې اوس غواړو پر هغه باندې بحث وکړو او د پروګرام په موثریت کې مهم رول لري هغه د ښه کیفیت لرونکو کومکي موادو، د ځینو ښوونځیو د کتابتونونو لپاره د نویو کتابونو تیارول او د هغو ښوونځیو لپاره چې کتابتون نلري د کتابتونونو برابرول دي.

مونږ د هغو کومکي موادو په هکله چې تر اوسه په ښوونځیو کې ورځینې ګټه



اخیستل شوې ده او یا به په راتلونکې کې نوموړو ښوونځیو ته ورکول کیږي لاندې عمده هدفونه په نظر کې نیولي دي چې باید ترلاسه شي:

١) د شاګردانو شخصي مطالعه او سر ګرمی او هم د هغوی د معلومونو د زیاتول.

٢) د ښوونکو لپاره د درسي کتاب تر څنګ د موضوع د ښه تدریس په منظور اضافي معلومات وړاندې کول تر څو ښوونکي وکولای شي په ډیره اسانی سره خپل هدف تر لاسه کړي او د زده کوونکو لپاره د ښې زده کړې زمینه برابره کړي.ښوونکی کولای شي له دغو موادو څخه ځینې موضوعات انتخاب او د کورني کار په حیث یې زده کوونکو ته وسپاري.

د سویډن د کمیټې د ښوونې او روزنې څانګه دا کومکی مواد یا پخپله تولیدوي او یایې د نورو منابعو څخه لاسته راوړي تر اوسه پوری کوم کومکي مواد چې د ښوونځیو لپاره برابر شوي په لنډ ډول داسې معرفي کولای شو:

د ماشومانو لپاره د مصورو کیسو کتابونه چې ماشومان ترې زده کړه د تصویرو په مرسته وکړي او د دوی لپاره د سرګرمی یوه ذریعه هم وي.

_ د ساینس او تجربو کتاب چه ډېر کوچني ماشومان هم کولای شي چې د ښوونکو په مرسته تجربې تر سره کړي او پدې توګه د نوښت روحیه په ماشومانو کې راژوندی‌کړي.

_ د لیکونو او سر لیکونو لارښود چې ماشومان وکولای شي مختلف لیکونه او سر لیکونه تمرین او په راتلونکې کې په عملي ژوند کې د هغو نه ګټه واخلي.

_ ځینې چارتونه، او کارتونه چې د ژبې او ریاضیاتو د تدریس په وخت کې د هغو نه ښوونکي او زده کوونکي استفاده کوي او د مختلفو لغتونو لیکل او د تورو استعمال د کلمې په اول، آخر او منځ کې د هغه په مرسته مشق او هم د ریاضی د مسأیلو په حل کې ورڅخه کار واخلي.

بله مهمه موضوع چې ورته اشاره کول غواړو د کتابخانو په هکله ده.

په اوسني افغانستان کې د نشراتو لړی کومه چې د خلکو د معلوماتو لپاره ګټوره او د تازه معلوماتو لرونکې وي او هم د هغوی په ذهنی انکشاف او ورځیني ژوند کې ګټور بدلون راوړي، نیمګړې د ه .

نو ددې لپاره چه تر یوه حده مو د خلکو غوښتنو ته ځواب ویلی وي او د هغوی تنده مو په دې هکله ماته کړې وي او له بلې خوا د روان کړی شوی پروګرام، کوم چه اوس یوازې په ابتدایي دورې پورې منحصر دی، او د ښوونې او روزنې په کیفیت کې یې تغیر راوړی وي، نو مو له تېر ځل راهیسې دا هڅه وکړه چې د سویډن د کمیټې د هغو ښوونځیو لپاره کوم یې چې تعمیر لړی کتابتونونه جوړ کړو چې هدف به یې نه یوازې د ښوونځي زده کوونکو او ښوونکو ته د مطالعې او زده کړې زمینه برابرول وي بلکې د هغې منطقې د خلکو لپاره به هم یوه ښه د زده کړې منبع وي او دا کار به د ښوونځي او د هغې علاقې د اوسیدونکو تر منځ د ښو اجتماعي اړیکو، نږدی ارتباط او هم د ښوونې او روزنې سره د خلکو د علاقې او دلچسپی په اړوند ډېر مثبت کام وي.

د کتابخانو د کتابونو د منابعو د پیدا کولو لپاره دا هڅه شوې چې له هغو مؤسساتو سره چې تعلیمي پروګرامونه لري، تماس ونیول شي ، د دوی د موجوده کتابونو په هکله پلټنې شوی دی او د کتابونو مؤثریت یې په نظر کې نیول شوی دی چې څومره د سویډن د کمیټې د ښوونې او روزنې پروګرام ته ګټور ثابتیدای شي او همدارنګه څومره د عامو خلکو لپاره ارزښت لري، وروسته له هغه ددغو کتابونو په تهیه کولو کې اقدام شوی دی.

ډېر هغه کتابونه چه دیني، تاریخي، حرفوي، اجتماعي، زراعتي او د ژبې سره اړه لري د ښوونځیو د کتابتونونو لپاره ترجیح ورکړل شویده، چې په لنډ ډول یې داسی‌معرفی کوو:

➢ په دیني موضوعاتو کې هغه کتابونه چې د ماشومانو د پالنې، د ماشومانو حقوق په والدینو او د والدینو حقوق په اولاد باندي، د ټولنې او ګاونډیانو حقوق او ځینې نورو موضوعاتو په هکله دي چې ماشومان ورته ضرورت لري، د ښوونځیو په کتابتونونو کې شامل شوی دي.

حرفوي کتابونه چې د شاتو د مچیو روزنه، د چرګانو ساتل، باغداري، د بزغلیو کرل او د محلی خوړو په باب د اهمیت وړ مطالب پاتې په ۲۴ مخ کې

د مشهد د نجونو ښوونځي زده کوونکې چې دغه ښوونځي د سویډن د کمیټې له خوا په بدخشان ولایت د کشم په ولسوالي کې جوړ شوي دی.

راپورها و گزارشات

(از بخش راپورتاژ های "تدبیر")

تعلیمات صحی برای معلمین مکاتب در دفتر ساحوی سمت شمال

بخش صحی کمیتهء سویدن برای افغانستان کورس تعلیمات صحی را برای معلمین در شهرتالقان دایر نمود. این کورس در عمارت دفتر حمایهء طفل و مادر مربوط این کمیته برگزار گردید که در آن ۲۰ نفر از معلمین اناث به مدت ۲۰ روز به فراگیری تعلیمات صحی پرداختند. یکتن از این اشتراك کننده گان محترمه منیژه است که سر معلمهء یك مکتب انلث در شهر تالقان بوده که او در مورد تدویر این کورس چنین گفتند:

یکی از شاگردان جوان ما در ماه گذشته دراثر ملاریا جان خود را از دست داد. وی علاوه کرد که تعداد بیشتر و بیشتر اطفال همه روزه از امراضی چون ملاریا، سرخکان و اسهال رنج میبرند.

موصوف فکر میکند که سهمگیری بیشتر زنان در پیشبرد تعلیمات صحی کار بسیار خوبی است. او چنین ابراز نظر کرد که اطفال دارای دو منبع میباشند. یکی والدین و دیگری معلمین. هدف این است که بعد از تعلیم دادن به اطفال آنها را وسیله ای بسازیم برای تعلیم دهی به والدین شان در امر جلوگیری از بیماری های مختلف و تأمین صحت. هدف از تدویر این کورسها آنست تا در هر مکتب یکنفر معلمی داشته باشیم که تعلیمات صحی را فرا گرفته باشد و این آرزوی معلمین نیز میباشد. آنها ابراز داشتند که در قدم اول بهتر است که تا حد ممکن تعداد بیشتر معلمین در این کورس ها اشتراك کنند. آنها همچنان خواهان کورس های تقویتی و تجدیدی در مراحل بعدی گردیدند.

تدویر ورکشاپ صحی

ورکشاپ تربیوی از طرف بخش صحی کمیتهء سویدن برای افغانستان به اشتراك ۱۵ تن از داکتران طب طبقهء اناث که پنج پنج نفر از هر سه دفتر ساحوی تشریف آورده بودند در پشاور دایر گردید. در این ورکشاپ که برای ۱۵ روز در ماه می دوام کرد شاملین ورکشاپ در قسمت صحت، توالد و تناسل، حفظ الصحهء ابتدائی، حمایه طفل و مادر و سیستم معلومات صحی توسط ترینران کمیتهء سویدن، IMC و RTI تر بیه و تدریس شدند. این ورکشاپ از طرف UNFPA تمویل گردیده بود.

تدویر کورس راجع به چاه های برمه ئی در شهر غزنی

به منظور تربیهء کارگران آبرسانی یك کورس دو هفته ئی در شهر غزنی توسط بخش انجنیری کمیتهء سویدن در ماه اپریل تدویر یافت که در آن بیست و دو نفر (۹ نفر از کارگران دفتر ساحوی ERO و ۱۳ نفر از دفتر ساحوی SRO) اشتراك نمودند. کورس مذکور از طرف انجنیر محمد غنی از دفتر غزنی و حکمت الله مانیتور ساحه از دفتر مرکزی کمیتهء سویدن مقیم پشاور پیش برده شد. برعلاوهء موضوعات تخنیکی، شاگردان سه حلقه چاه را که در اثر خشك سالی خشك گردیده بود طور عملی با استفاده از برمهء دستی (Auger) برمه کاری نموده و طرز استفاده از برمهء متذکره را آموختند. فعلاً هرسه حلقه چاه طور نورمال کارمیکند و مقدار آبدهی آنها به اندازهء کافی بلند رفته است. در نظر است که کورس دیگری نیز برای کارگران آبرسانی دفتر ساحوی سمت شمال (NRO) در اوایل ماه جون در شهر مزارشریف دائر گردد.

(لطفاً بقیهء راپورها و گزارشات را در صفحهء ۲۲ ملاحظه فرمائید.)

د LFA یا منطقي چوکاټ طریقې پر بنیاد د پلان جوړول

LFA

(Logical Framework Approach) یا د منطقي چوکاټ طریقه یوه داسې وسیله د ه چې له هغې څخه په ګټه اخیستلو سره د یوې پروژې یا پروګرام کیفیت سمون مومي.

ددې وسیلې کلیدي عبارتونه دادي:

- هدف په نظرکې نیول
- یو خاص ګروپ په نظرکې نیول
- برخه اخیستنه
- LFA د پلان جوړولو، تحلیل کولو او افهام او تفهیم پروسې تقویه کوي.
- د پروژې د چوکاټ (Project Matrix) اساسي عناصر.
- د پروژې چوکاټ (PM) د پروژې په ژوند کې د مراجعې لویه برخه.

د وضیعت د تحلیل یا څېړنې تر عنوان لاندې په لاندې نکتو باندې مفصل بحث سرته ورسید او هغه له برخه اخیستونکو سره شریکي شوې او بیا تمرین پرې اجرا شو.

۱. د برخې اخیستنې تحلیل: تولې برخه اخیستونکې خواوې تشخیص کړئ، ډېر مهم ګروپونه انتخاب کړئ او بیا ددې ګروپونو مثبتې او منفې غوښتنې او نظریې په نظر کې ونیسی.

له هغه وروسته لومړیتوبونه و ټاکئ.

۲. د مشکل یا مسئلې تحلیل: اوسنی ستونزه، د هغې علتونه او اغېزې په ګوته کړئ او پدې ډول به د مسئلې یوه ونه یا نقشه منځ ته راشي. یو مشکل دا معنی نه لري چې د حل لاره نشته، بلکه دا د اوسني حالت منفي شکل دی.

۳- هدفمند تحلیل: په داډول تحلیل کېد مشکل د ونې یا تصویر ټولې منفي خواوې په مثبتو اړخونو بدلون مومي او پدې توګه به د هدف تصویر یا ونه لاسته راوړئ.

۴. متبادل تحلیل: له هغه هدف څخه چې لاسته نشي راتلای باید صرف نظر وشي. د هغه په عوض د مسئلې د حل لپاره یو متبادل هدف غوره کیدای شي.

وروسته له ګروپي کار او تمرین څخه چې د وړاندې ذکر شوو نکتو په هکله سرته ورسید، بیا د پروژې د طرحه کولو په برخه کې تمرین اجرا شو او په نتیجه کې دا لاندې نکتې په ګوته شوي.

۵. د پروژې عناصر (PM): انکشافي هدفونه، فوري هدفونه، لاسته راوړنې، او لګښتونه.

۶. خارجي عوامل (PM): هغه مهم خارجي عوامل چې پر پروژه باندې په یو بل شکل اثر غورځوي، د مثال په توګه- چاپیریال، شرایط او نور چې دا ټول اړخونه باید په دوامدار ډول په مثبت شکل ترتیب شي.

۷. شاخصونه (PM): د هدفونو د لاسته راوړلو څرنګوالی تعریفوي.

شاخصونه باید SMART یعنی (Specific, Measurable, Achievable, Reliable, Time Bound) [مشخص، د اندازه کولو وړ، د لاسته راوړلو وړ، د اعتبار وړ او له وخت سره سم] شکل ولري. شاخصونه باید یوه خاص ګروپ ته متوجه وي (د چا لپاره)، باید مقدار یې معلوم وي (څومره)، باید کیفیت یې ټاکل شوي وي (په کوم کیفیت)، باید په ټاکلې وخت وی (کله)، باید په یوه ټاکلې ځای کې وي (چېرې). شاخصونه د یوه مانیټورنګ او یوې ارزیابی اساس جوړوي. د ګدون کونکو له خوا دا ورکشاپ او د هغه محتویات په زړه پورې ارزیابې شول او هغوی وعده وکړه چې هغه څه چې یې په دې ورکشاپ کې زده کړي په خپلو راتلونکو پلانونوکې به ترینه کار واخلي.

کلتور، فرهنگ و آثار

زیارت خواجه ابو نصر پارسا

در قرن هشتم میلادی بلخ را مادر شهرها میخواندند و یک مرکز مهم تجارتی به شمار میرفت. شهر بلخ در قرن سیزدهم میلادی توسط چنگیز خان ویران شد. دو قرن بعد از تخریب این شهر توسط چنگیز خان، خواجه ابو نصر پارسا فاضل عالی مقام علوم اسلامی به بلخ آمده و در آنجا اقامت گزید و در سال ۱٤٦۰ در همانجا وفات کرد. خواجه ابو نصر پارسا قبل از مسکن گزین شدن در شهر بلخ در مدرسهء در هرات که از طرف فیروزه بیگم مادر سلطان حسین بایقرا ایجاد شده بود تدریس مینمود. زیارت گاه خواجه ابو نصر پارسا که به گنبد آبی رنگ مشهور است نمونهء از معماری های دورهء تیموریان بوده و در جوار مقبرهء رابعهء بلخی در باغی واقع در مرکز شهر بلخ قرار دارد.

قابل تذکر است که منار این بنا به شکل ستون های مارپیچ از چوب ساخته شده و تعمیر آن از سطح زمین به شکل یك ساختمان هشت ضلعی اعمار گردیده است. ضمناً به خاطر باید داشت که کار تحفظ و بازسازی این بنا که طی سال ۱۹۷٤ میلادی به کمك تیم سروی هنیت باستان شناسان هندی شروع گردیده بود، متأسفانه در سالهای جنگ این پروسه متوقف شده و این بنا در حال حاضر همانند سایر بناهای تاریخی و یادگاری کشور ضرورت به بازسازی و تحفظ دارد.

باستانی افغانستان

د افغانستان محلی خواړه

منتو

اقتباس کوونکي: قرشتي "پیمان"

منتو ډېر خونده ور خواړه دي او د اوبو د بخار په وسیله تیاریږي. منتو دایمي خوراك نه دی او جوړول یې ستونزمن کار دی. دمنتو د تیارولو لپاره ځانګړي لوښي ته اړتیا وي نو ځکه په کورنیو کښې د منتو پخول دومره رواج نه لري. منتو هم د کابل په بازار او هم په هوټلو کښې تیاریږي او ځیني کسان یو ازې د منتو پخولو کار خانه لري. منتو له جوړولو وروسته په دیګونو کښې یو د بل لپاسه ږدي، لږ غوړي ور اچوي او بازارته یې وړي. دا کسان د منتو د ګرم ساتلو لپاره منقل لري. په بازار کښې د منتو دیك پر داسي منقل ایښي وي چې نري اور پکښې بل وي او منتو ترې پلوري، ځیني کسان د منتو په بشقاب کښې کرت او مستې اچوي او پیرودونکو ته یې وړاندې کوي. هغه مسالې چې د منتو له پاسه دوړول کیږي وچه دنیا، وچ ویلنی، د انګورو غوره او مالګه دي.

د منتو لوښی یو ځانګړی لوښی دی، لومړی په یوه دیك کښې او به اچوي، بیا په جالی داره لوښي کښې چې د چلو صاف په ډول وي، منتو په خاص ډول یو د بل له پاسه ږدي چې د اوبو بخار ټول منتو ته ورسیږي او پر هغه دیك یې چې اوبه پکښې اچولې شوې وي ږدي، خو دغه لوښی په دې ډول وي چې پخپله اوبه له جالی داره لوښی سره نه لګیږي، یو ازې د اوبو بخار هغه ته رسیږي بیا د دیك سرپوش پر هغه لوښي باندې چې منتو پکښې ځای پر ځای وي ایښودل کیږي، دیك پر نغري ږدي چې د اوبو د بخار په وسیله ټول منتو پوخ شي.

د کورني اوفرمایشی منتو د تیارولو طریقه:

۱- د پسه د غوښې سرخي : یو کیلو

۲- د پسه لم، که چېرې غوښه خپل غوړ نلري: ۱۱۰ ګرامه

۳- کړی، کړی غوځ شوي پیاز : ۱۱۰ ګرامه

٤- دال نخود : ۱۰ ګرامه

٥- مالګه او مرچ : د اړتیا په اندازه

٦- کرت یا چکه : ۲۲۰ ګرامه

۷- غوړي : ۱۱۰ ګرامه

لومړی څه غوښه او لم یو ځای ماشین کوي بیا د ممیزو د دانو په اندازه پیاز میده میده کوي، د پیازو له سره کیدو وروسته په غوړیو کښې غوښه اچوي کله چې د غوښې اوبه وچې شي بیا دوه پیالې اوبه، څه مالګه او مرچ سره بیا ور اچوي ترڅو چې نوموړې غوښه سره او په غوړیو راشي. کله چې غوښه په غوړیو راشي نو د غوښې دوه برخې جلا کړي په همغه غوښه کښې چې په کټو کښې پاتې شوي ده، هغه نخود چې مخکښې پاخه شوې دي وراچوي، بیا دوه پیالې د سرو باد نجانو اوبه هم ورزیاتوي تر څو چې غوښه دوهم ځل په غوړیو راشي یوه اندازه اوړه په اوبو کښې واغږي دا اغږل شوي اوړه باید د آشك د اوړو غوندې وي اوړه چې او ار شي د ګیلاس په خوله یا پر چړې پرې کیږي او بیا دا پرې شوې اوړه له کوفته شوې غوښې ډکیږي او په لوښي کښې یې په ترتیب ږدي. او تر دیك لاندې اور زیات کړي تر څو چې د اوبو بخار هم زیات شي بیا نو په نیم ساعت کښې منتو تیاریږي. کله چې منتو چمتو شي په غوري کښې لږ څه ماسته او یا کرت اچول کیږي او بیا له پاسه پرې د آشك غوندې منتو ایښودل کیږي بیا له پاسه پرې له دال نخودو سره ځای پخه شوې کوفته اچوي او بیا چکه اچول کیږي. پر کرتو او چکې هوږه هم اچول شوې ووچه دنیا، وچ ویلنی او میده شوي غوره پرې دوړول کیږي او بیا یې خوري.

بلوسپده

چې مې مینه ، ستا په مینې بلوسپده
د سپر غې غوندې په اور کې کړیده
چې له خاورو تو کیده لږه، کږه وه
لکه میاشت د لومړۍ ورځې ځلیده
که هر څو به مې په سر خاورې وربار کړې
د انګار په څیر ، اړوکې ګرمیده
نصیحت مې ورته غوړ ، د اوبو په سرو
د نیستۍ لوګی ئې مخکې تړې نه تله
په ګوګل کې مې جوړ کړی ځای د تم وو
خپلو غوړوکې له جوشه ورتیده
د خوښۍ ځادر پوښلی ئې په ځان وو
په کړ او ، ستونځه کې ښه به ښکاریده
ستا د مینې، محبت، اخلاص په دام کې
د ړانده مرغه پشان به تېپده
پخپل ځان باندې، ویسا ستا د وفا وه
نور په ټول جهان کې سپکه ګرزیده
چې د شپول غوندې چار پیره مې په زړه شوه
سوچ او فکر مې کنګل شو، ځوریده
د نیمګړې دنیاګۍ نا خوالي ګوره
تور بازار دی په ګوهر ، ګیلټ تله
بل د هیچا شفقت را باندې نه شو
په خچنو سترګو، ستا به سوځیده
یو خوا عشق توره بلا راته ښکاره شوه
بل خوا ورو ورو مې په زړه کې پسخیده
ژوند مې ټول د خوابینیو په سوغات شو
نه مې صبر شي، نه وېره شرمیده
تر هوسه لږ څه وړاندې ورتلای نشم
فکر نېغ راته ولاړ وی جنګېره
په ظاهره کې ښه روغ رمټ ښکاریږم
وني د ډیمه بې سپکه، بې مزه
همې خوشې "زرغونیه" ځان به سپک کړې
په توکل د خدای (ج) په نیغو سترګو څه

در سرزمین

گهرهای ناب

۱- بشری که حق اظهار عقیده و بیان فکر خود را نداشته باشد، نمیتواند یک موجود زنده به شمار رود.
(سید جمال الدین افغانی)

۲- کسیکه امیدواری را وسیله ء معاش خود قرار بدهد احتمال دارد از گرسنگی بمیرد.
(فرانکلن)

ارسالی انجنیر محمد منصور "ازهر"

- ناکامی گام های اولی است برای کامیابی.
- دل آئینه ایست که اگر پاك گردد خداوند هم در آن نظر میکند.
- عیب دوست را از وی پنهان کردن خیانت و به دیگران فاش ساختن غیبت است.
- کار نمودن خاتمه دادن به سه پدیده بد است : خسته گی، گناه و غربت.
- زمانی که محافظین یك راز بیشتر گردد آن راز زودتر افشا میشود.

*****

- همه آتش ها تن سوزد و آتش دوستی جان، و با آتش جان سوزد شکیبائی نتوان.
(خواجه عبدالله انصاری)

گزینش از : منیژه "سلطانی"

حکمت

گر مرد رهی زطبع خود کام برآی
از پیچ و خمی وسوسهء خام برآی
ای منکر کیفیت پرواز مگس
بی زینه تو نیز به سر بام برآی
(عمر خیام)

شکست و ریخت

باغ امید را که تلاش بهار بود
سر پنجهء خزان به مدارا شکست و ریخت
نقشی که بود زینت ایوان افتخار
یا پایمال حادثه شد یا شکست و ریخت
اجزای ما ز تجزیه فریاد میکشند
زین بس کنید خدا را شکست و ریخت

*****

وقت سحر

از داود پیغمبر پرسیدند: کدام وقت شب فضیلت بیشتر دارد؟ گفت: ندانم لیکن دانم وقت سحر عرش مجید به جنبش در آید. پس خوشا بحال کسی که به وقت سحر استغفار کند و شراب مهر به جام عشق در آن وقت بنوشد که خداوند فرموده:

" محبوب ترین مردم نزد من کسانی اند که هنگام سحر از من آمرزش خواهند."

غم

با تو غم خود چه سان گویم
افتاده نه ای ز بام هرگز

بیا

ای بهارستان اقبال ای چمن سیما بیا
فصل سیر گل گذشت اکنون بچشم ما بیا
میکشد خمیازهء صبح انتظار آفتاب
در خمار آباد مخموران قدح پیما بیا
بحر هر سو رو نهد امواج گرد راه اوست
هر دو عالم در رکابت میدود تنها بیا
خلوت اندیشه حیرت خانهء دیدار تست
ای کلید دل در امید ما بکشا بیا
عرض تخلیص از فضولیهای آداب وفاست
چون نگه در دیده یا چون روح در اعضا بیا
بیش از ین نتوان حریف داغ حرمان زیستن
یا مرا از خود ببر آنجا که هستی یا بیا
فرصت هستی ندارد دستگاه انتظار
مفت امروزم مده ای وعده فردا بیا
رنگ و بو جمعست در هر جا چمن دارد بهار
ما همه پیش تو آیم ای جمله با ما بیا
وصل مشتاقان ز اسباب دیگر مستغنی است
احتیاج اینست کای سامان استغنا بیا
کو مقام کز شکوه معنیت لبریز نیست
غفلت است اینها که "بیدل" گویدت اینجاه بیا

به گزیش حاجی محمد عثمان

در کعبه

*****

خدایا عاشقی کور و کرم کرد
هوای قرب بی بال و پرم کرد
به شمع خانه ات پروانه گشتم
به یکدم شعله اش خاکسترم کرد

مهدی "سهیلی"

نگاهی با وضع صحی در درهء علی شنگ

غربت و بعضی عادات کهنه وضیعت زنان را در قسمت علیای درهء علی شنگ ولایت لغمان در مؤقف ضعیفی قرار داده است.

داکتر مسعوده آمر بخش زنانهء زایشگاه کلینیك اسلام آباد مربوط کمیتهء سویدن برای افغانستان در علی شنگ میگوید: " تقریباً ۹۰ فیصد زنانیکه به ما مراجعه میکنند از تکلیف کم خوق رنج میبرند، بالخصوص زنان جوانیکه کارهای شاقه را انجام میدهند." وی گفت: یکی از عواملی که همچو وضیعت را ببار آورده نا برابری بین مؤقف مردان و زنان میباشد.

داکتر مسعوده میگوید: " اگر مرغی در یك فامیل برای قیمه نمودن غذا ذبح میشود، بهترین بخش آن توسط پدران و سایر افراد ذکور فامیل خورده میشود و چیزیکه به زنان میرسد عبارت است از بقایای این غذا . دختران مجبوراند در سن ۸ ساله گی به کار کردن آغاز نمایند، در حالیکه به بچه ها اجازه داده میشود الی سن ۱٤ ساله گی به سرگرمی های دورهء طفولیت شان ادامه دهند. این رسم است که باید مردان بهترین بخش غذا را صرف نمایند که این شیوه منحصر به مردم درهء علی شنگ نبوده بلکه یك رسم عام تلقی میشود.

زنان باید به انجام همان کارهای شاقهء که مردان انجام میدهند متوصل شوند. بعد از ولادت به زنها محض الی ٤۰ روز حق استراحت داده میشود. با آنهم بعد از سپری شدن ۹۰ روز ولادت به نسبت مشکلات اقتصادی آنها مجبورند به کارهای پخت وپز وشستن کالا و خیاطی اشتغال ورزند و در صورتیکه به تعداد کافی افراد ذکور در یك فامیل وجود نداشته باشد، آنها مجبورند بعد از سپری شدن ۱-۲ ماه از زمان ولادت در مزرعه ها کار کنند. ولی در صورتیکه اعضای فامیل به مادران جوان وسائل معیشت را فراهم بسازند، زنان میتوانند برای مدت زمان بیشتری استراحت کنند. ولی باید گفت: که تنها ۵۰ فیصد زنان قادر خواهند بود بعد از وضع حمل از استراحت کافی برخوردار گردند."

" در حالات بسیار وخیم کم خوق، ما زنان را به مرکز ولایت لغمان (مهترلام) معرفی میکنیم. در غیر آن به آنها ادویهء inn-Complex (persilpaipex)را تجویز میکنیم. در شفاخانهء AMI این شهر تداوی به قسم مجانی صورت میگیرد. در حالات بسیار حاد مریضان به شفاخانهء جلال آباد رجعت داده میشوند.

مسعوده میگوید:"تعداد زنانیکه باثر وضع حمل حیات خود را از دست میدهند صحنه ایست که به مشکل توضیح شده میتواند. لاکن به اساس تجربهء که خودم دارم گفته میتوانم که سالانه ۳ فیصد زنانیکه به بخش زایشگاه کلینیك مراجعه نمیکند حیات خود را از دست میدهند.

۸۰ فیصد زنانیکه به خاطر ولادت به شفاخانه نمی آیند دلیل آن اینست که در تاریکی شب وسیلهء نقلیهء وجود ندارد تا آنها را به کلینیك انتقال دهد. ما در نظر داریم یك مرکز عاجل زایشگاه (EOC) را در چوکات موجودهء کلینیك ایجاد نمائیم. بناً به یك وسیلهء نقلیه جهت انتقال مریضان ضرورت خواهیم داشت."

مسعوده علاوه میکند:" سؤ تغذی یك مشکل عمده است ولی ما در کلینیك خود کدام بخش تغذی برای اطفال مبتلا به سؤ تغذی نداریم. بناً مجبور هستیم آنها را به شفاخانهء AMI مهترلام معرفی کنیم. در شفاخانهء مذکور اطفال غذای متراکم کمکی به نام رکلچه های BP-5) را دریافت نموده و بعضی دواهای مغذی از طریق ورید در وجود شان زرق میگردد. BP-5 در مورد اطفال مصاب به سؤ تغذی مؤثر ثابت شده است. همچنان وقتیکه مادر ضعیف البنیه میباشد، ما موضوع را در حین انتقال مریض به مهترلام تذکر میدهیم.

ما مریضان مراسمس (Marasmus) که مرحلهء مزمن سؤ تغذی میباشد، باالخصوص در اطفالیکه ضعیف تولد شده اند

داشته ایم. این اطفال بسیار ضعیف البنیه بوده و عضلات شان از همدیگر جدا شده و بالاخره میمیرند . بناً ما به یك مرکز تداوی سؤ تغذی اطفال در کلینیك خود ضرورت داریم. در طول هر ماه تقریباً به تعداد ۱۵-۲۰ طفل با سنین ۱-٤ سال مصاب به مریضی سؤ تغذی به ما آورده میشوند. ما به والدین مشوره میدهیم تا به اطفال خود خوراك مغذی بدهند. در صورتیکه والدین توانائی اقتصادی داشته باشند توصیه های ما را عملی میسازند.

فعلاً در موسم گرما مریضی های بسیار معمول این منطقه از قبیل ملاریا، اسهال، و استفراغ، محرقه، اماس یا تورم کبد، کواشیا کور (Kwashiorkor) و التهاب معده و امعأ شیوع میکنند. همچنان یك پرابلم دیگر نیز در این منطقه وجود دارد. این پرابلم متوجه دایه های عنعنوی (TBAs) میباشد.

داکتر غلام منصور میگوید:" سه سال قبل ۲۱ تن دایهء عنعنوی در این منطقه از طرف کمیتهء سویدن تربیه شدند. از همان زمان تا حال بعضی از فامیل ها ادعا میکنند که این دایه ها کارمندان کمیتهء سویدن هستند. بناً تحت همین بهانه مردم محل از پرداخت معاشات این دایه ها که برای شان کار میکنند شانه خالی میکنند و میگویند که کمیتهء سویدن مسؤلیت پرداخت معاش آنها را به عهده دارد. ولی بعضی از فامیل ها یك مقدار گندم را به حیث پرداخت معاشات به این دایه ها میدهند."

موسم ملاریا (اپریل الی آگست و سپتمبر) همین حالا آغاز گردیده است. داکتر منصور میگوید:" ٤۰ فیصد مریضانیکه به کلینیك ما مراجعه میکنند به مریضی ملاریا مصاب اند. سیستم معلومات صحی (HIS) که جدیداً ایجاد گردیده یك تعداد کم مریضان را نشان میدهد، ولی به صورت واضح ملاریا یك مریضی محلی این منطقه بوده و تعداد مریصان در فصل اول سال رو به افزایش میگذارد.

یك مسئله جدید ولی نا آشنا عبارت از استعمال کوکنار در درهء علی شنگ و سایر بخش های ولایت لغمان میباشد. فصل کوکنار در سال جاری در این منطقه فصل دومی میباشد، لذا مردم آنرا برای معالجهء گلون دردی وسایر دردهای بدن به تعداد زیاد صرف میکنند، بناً درجهء خطر آن بلند رفته است و مردم از این خطر آگاهی ندارند.

داکتر منصور میگوید که بعضی از مردم کوکنار را به حیث یك مادهء معالجوی برای گلون دردی طی چندین روز استعمال میکنند. کلینیك ما چندین مریض را که دوزهای بزرگ کوکنار را گرفته بودند پذیرفته است. از جمله یکنفر مریض در ماه اپریل و یکنفر دیگر که یك دختر ۱٦ ساله بود و توسط والدین شان به خاطر مریضی که در اثر خوردن مقدار زیادکوکنار عاید حالش شده بود به کلینیك انتقال داده شدند. در هفتهء گذشته چهارنفر به اثر خوردن مقادیر زیاد کوکنار، بالخصوص در درهء اصلی ولایت لغمان جان های شان را از دست دادند.

مردم کوکنار را به خاطری میخورند که آنرا مزه دار میابند بدون اینکه از خطر خوردن مقدار زیاد و حتی خطر مرگ از این ناحیه آگاهی داشته باشند.

Borj Almqvist

بوریه المکفست

یادداشت پاورقی:

در طول سال گذشته لغمان به حیث یك منطقهء نمونوی در ساحهء کمك های اولیه طبی محسوب گردیده و بالاخره تمام مردم به معلومات کمك های اولیهء طبی، به شمول سرویس های اساسی وقایوی و معالجوی، حمایه طفل و مادر، واکسیناسیون، آب صحی، وسایل دور ساختن مواد فضله، در کلینیك ها و نقاط معالجوی به شمول تمام سهولت های مربوط کمك های طبی، حمایهء طفل و مادر (MCH) دسترسی خواهند داشت.

د خواشینی څرګندونه

په ډیرې خواشینی او خپګان سره مو د ښاغلي غلام حبیب موټروان د مړینې خبر تر لاسه کړ. نوموړي د ۱۹۹۷ کال را هیسې په غزني کې د سویډن د کمیټې د افغان معیوبینو د هر اړخیز پوګرام (CDAP) په څانګه کې د ډرایور په صفت کار کاوه.

محترم غلام حبیب د مارچ د میاشتې په نهم ماسپښین له کندهار څخه غزنی ته را روان و چې په لارکې د موټر د ټکر کولو په پیښه کې مړ شو. غلام حبیب د صاحب شاه زوی او په ۱۹۵۶م کال زیږیدلی و.

د سویډن د کمیټې د ټولو کارمندانو په نمایندګی د غلام حبیب ټولو خپلوانو، دوستانو، او کورنی ته د خپلې خوا خوږی او زیاتې خواشینی څرګندونه کوم.

ارواح ښاد غلام حبیب

پیتر بولنګ

د افغانستان لپاره د سویډن د کمیټې

سرپرست رئیس

****

زیات خواشینونکی او خپه کونکی خبر مو تر لاسه کړ چې ښاغلی بشیراحمد، په تالقان کې د سویډن د کمیټې د معیوبینو د پروګرام کار کونکی، مړ شو. د مې په میاشت کې د شنبې د ورځې شلم ماښام و چې په پاوکم یوولس (۱۰:۴۵) بجو الوتکو د تالقان د ښار په غیر نظامی ځایونو بمباری وکړه، او له دوه راغورځول شوو بمونو څخه یو د بشیراحمد په کور ولګیده. بشیراحمد له خپلو شپږو ماشومانو سره یو ځای ووژل شو. ښځه او یوه لورئې سخت ټپیان شول.

بشیراحمد د سراج الدین زوی په ۱۹۶۰ م کال په تالقان کې زیږیدلی و. ښاغلې بشیر احمد په تالقان کې د سویډن د کمیټې د افغان معیوبینو د هر اړخیز پروګرام (CDAP) په څانګه کې د تولنې د بیارغونې د انکشافی کارمند په صفت کار کاوه. نوموړی مخکې تر دې د افغان ایډ کارمند و.

د سویډن د کمیټې د ټولو کارمندانو په نمایندګي د بشیراحمد ټولو خپلوانو، دوستانو او کورنی ته د خپلې خوا خوږی او خواشینی څرګندونه کوم.

ارواح ښاد بشیر احمد

پیتر بولنګ

د افغانستان لپاره د سویډن د کمیټې

سرپرست رئیس

شما و صحت شما

شب کوری (فقدان ویتامین A)

داکتر شفیقه "فریدون"

فقدان ویتامین A یکی از عمده ترین امراض تغذی در بین اطفال خوردسال بوده زیرا چشم ها را متضرر ساخته و سبب کوری نیزمیگردد همچنان ممکن سبب ازدیاد خطر و مصابیت به انتانات نیز گردد.

چرا مردم به ویتامین A ضرورت دارند؟

- برای وقایه انتانات: ویتامین A عضویت را کمک میکند تا درمقابل انتانات مقاومت نماید. ویتامین A در صحتمندی تمام حجراتی که درسطح بدن قرار دارد مثل (جلد، چشم، دهن، امعاء، و طرق تنفسی) کمك نموده و در این صورت مکروب به آسانی داخل بدن شده نمیتواند.
- چشم را صحتمند نگاه میدارد: ویتامین A قسمت پیش روی چشم (منضمه و قرنیه) را قوی، پاك و مرطوب نگاه میدارد و به چشم کمك میکند که در روشنی خیره نیز دیده بتواند. (مثلاً در غروب شام و روشنی شمع)
- در رشد و نموی مناسب طفل کمك مینماید.

چگونه کمبود ویتامین A به وجود میآید؟

- اشخاصیکه به قدر کافی ویتامین A اخذ نمی کنند تا ضرورت آنها مرفوع گردد.
- اطفال خورد نشو و نموی سریع داشته از این لحاظ ضرورت آنها بیشتر است.
- اسهال و امراض انتانی امعا به شمول کرم ها جذب ویتامین را تخفیف میبخشند.
- یك تعداد زیاد امراض انتانی به خصوص سرخکان و اسهال ضرورت به ویتامین A را اضافه میسازد.

اکثر اطفال مصاب به کمبود ویتامین A همچنان مصاب به سؤ تغذی، پروتین و انرژی هستند اطفال مصاب به سؤ تغذی اکثراً مقدار کم شحم یا روغن اخذ میکنند که شحم در جذب ویتامین A کمك میکند.

اعراض و علایم فقدان ویتامین A :

اعراض و علایم فقدان ویتامین A تقریباً به ترتیب ذیل رخ میدهد:

۱. شب کوری (Night Blindness):

طفل در روشنی خفیف دیده نمیتواند (شام و غروب آفتاب) و فامیل این طفل توضیح میکنند که به چه شکل طفل موقعیکه حرکت میکند بالای اشیا چهار طرف میافتد و با اشیا تکر میخورد.

او به خوبی دیده نمیتواند تا غذا بخورد که همین حالت را بنام شب کوری که یك نام محلی میباشد یاد میکنند، این یك علامهء بوده که به واسطهء آن فامیل ها متوجه مرض شده و آنرا میشناسند که این حالت میتواند به آسانی با گرفتن ویتامین A برای ۱ الی ۲ روز تداوی گردد.

۲. Bitots Spots: عبارت از لکه های سفید رنگ حباب مانند در قسمت سفیدی چشم (Sclera) به خصوص در قسمت وحشی چشم است که این لکه ها ساحه دید را متاثر نمی سازد.

۳. Conjuctival Xerosis (خشکی منضمه): Xerosis به معنی خشکی است که منضمه چشم یك اندازه

درشت، چین خورده و خشك به نظر میرسد. در حالیکه به صورت نورمال باید مرطوب صاف و درخشنده باشد.

٤. ارتشاح فعال قرنیه: قرنیه قسمت شفاف چشم بوده که ما از طریق آن دیده میتوانیم و اگر قرنیه متأثر گردد شخص نمی تواند به صورت درست ببیند و ممکن کور گردد. اولاً سطح قرنیه ممکن غبار آلود و خشك گردد (Xerosis Corneal) و این حالت در ظرف چند روز و چند ساعت به سرعت شدید شده میتواند. اگر Xerosis به زودی تداوی نشود قرحه و سوراخ (hole) در سطح قرنیه تشکل خواهد کرد. حتی بعد از تداوی هم Scar (داغ) قرحه باقی میماند که ممکن ساحه دید را متاثر سازد. اگر Xerosis و قرحه تداوی نشود تمام قرنیه غبار آلود و نرم میشود (Keratomalacia) ممکن قرنیه ترکیده و یك قسمت داخل چشم بیرون گردد. اکثراً یك چشم بدتر از چشم دیگر میباشد. دادن ویتامین A به صورت آنی این پروسه را توقف داده و از پیش رفت وبدتر شدن آن جلوگیری میکند. و ممکن دید را تا حدودی حفظ نماید.

٥. Corneal Scar(ندبه قرینه): قرنیه سفید گردیده و شخص بسیار کم از طریق آن دیده میتواند.

اشخاصیکه در خطر به خصوص (جدی) فقدان ویتامین A مواجه هستند:

- اطفال فامیل های که نمی توانند غذا کافی و غنی از ویتامین A را تهیه نمایند، خصوصاً در مواقع مختلف سال.
- اطفال مصاب به سؤ تغذی پروتین و انرژی.
- اطفال مصاب به انتانات خصوصاً سرخکان و اسهال متداوم (زیادتر از ١٤ روز).
- اطفالی که مادران شان مصاب به فقدان ویتامین A بوده و نوزادان شان کم وزن تولد میشوند.
- تمام اشخاص (به خصوص اطفال، مادران و اشخاص مسن) که در مناطق خشك زندگی میکنند. زیرا در مناطق با اقلیم خشك حاصل کردن غذای غنی از ویتامین A مشکل میباشد.
- اطفالی که شیر مادر شان را نمی نوشند و آنهاییکه غذای غنی از ویتامین A نمی گیرند.

دوز تداوی با ویتامین A

بزرگتر از یك ساله و یا وزن زیادتر از ۸ کیلو گرام	کمتراز یك ساله و یا وزن کمتر از ۸ کیلو گرام	
از طریق دهن ۲۰۰۰۰۰ یونت	از طریق دهن ۱۰۰۰۰۰ یونت	دفعتاً
از طریق دهن ۲۰۰۰۰۰ یونت	از طریق دهن ۱۰۰۰۰۰ یونت	روز بعدی
از طریق دهن ۲۰۰۰۰۰ یونت	از طریق دهن ۱۰۰۰۰۰ یونت	بعد از چهار هفته

وقایه از فقدان ویتامین A:

	روز اول	بعد از ۳ الی ٦ ماه
برای خانم ها ۰–۸ هفته بعد از ولادت	۲۰۰۰۰۰ یونت	
اطفال ۱–٦ ساله	۲۰۰۰۰۰ یونت	۲۰۰۰۰۰ یونت
اطفال خورد ٦–۱۲ ماهه یا اطفالی با وزن کمتر از ۸ کیلو	۱۰۰۰۰۰ یونت	۱۰۰۰۰۰ یونت
اطفالی که از شیر مادر تغذی نمی کند ۳–٦ ماه	۵۰۰۰۰ یونت	۱۰۰۰۰۰ یونت

بقیه در صفحهء ٢٤

په ساحوکې د LFA په هکله ورکشاپونه

کله چې د LFA په باب څه اورئ، تاسو څه فکر کوئ؟

کیدای شي چې دا یو نوی درمل (دارو) وي؟

بېر ښه، کیدای شي چې دا په بشپړ بول نوی نه وي مګر په واقعیت کې اوس دا دوه لسیزې عمر لري. خو په یقیني توګه د درملو په حیث ګڼل کیدای شي. نو کیدای شي چې تاسو پوښتنه وکړئ " دا د کومې ناروغۍ دارو دي؟"

دا د داسې ناروغۍ دارو دي چې نوم ئې دی "بیروکراتان تل بېر ښه پوهیږي" یا "له پاسه — کښته خواته بې نظمي"

آیا پدې هکله مو هیڅ کله څه ندي اوریدلي؟

دا ناروغۍ په واقعیت کې په نړۍ واله سویه د زیاتو موسساتو په جوړښت کې بیخي معموله ده. له نیکه مرغه چې د سویدن په کمیټه کې بېره عامه نه ده، خو بیا هم مونږ فکر وکړ چې LFA به لږ تر لږه بېر ښه وقایوي دارو (درمل) وي. د LFA توري د لوجیکل فریم ورک اپروچ (Logical Frame work Approach) نماینده ګی کوي چې په منطقي چوکاټ کې د کارونو سرته رسول معنی ورکوي. دا د پلانولو درمل دي، یا ممکن تر دې غوره د پلان جوړولو وسیله وبلله شي. ستاسې په سمه توګه کارول ئې درته یو بول ضمانت در کوي چې هغه خلک کوم چې ئې په خپلو فعالیتونوکې د اخلول غواړی د پروژې د پیل کیدو په مرحله او وروسته ئې بیا د کار په جریان کې په مناسبو خبروکې را داخلیږي.

د LFA بله ګټه دا ده چې واقعاً زیاتره خلک له دې وسیلې څخه د خپلو اړوندو پلانونو د جوړولو په تمرین کې کار اخلي.

ځینې منابع چې له LFA څخه ګټه اخلي دا دي:

بونران چې د ګډې همکاري د ودې لپاره ترینه کاراخلي، کمپنۍ، موسسې، حتی حکومتونه. نو لدې کبله کله چې هر څوک د پلان جوړولو لپاره له عین وسیلې څخه کار واخلی، طبعاً د خپلو فعالیتونو یا پلان شوو پروژو په هکله په فوري او سمه توګه معلومات لاسته راوړلای شي.

مګر د LFA په هکله ځینې قاطع نظر یې هم شته:

کله چې لدې وسیلې څخه په منجمد بول کار اخیستل کیږي نو بیا دا وسیله لکه څرنګه چې انتقاد کوونکي وایي په یوه مانع بدلیږي.

مونږ فکر کوو چې د سویدن په کمیټه کې LFA د پلان جوړولو یوه ښه وسیله ده، په خاص بول د ETSU په چوکاټ کې ددې وسیلې ګټورتوب صدق کوي. نو ځکه مونږ د یوه مرستندوی مدیریت د جز په توګه د LFA ورکشاپونه دایر کړل. د فبروری په میاشت کې مونږ په کابل کې د پنځو ورځو ورکشاپ په ترڅ کې د شمالی او شرقي ساحوی دفترونو څخه شپږ تنه ګډون کوونکي درلودل. دا برخه اخیستونکي د ساحوي دفترونو د ښوونې او روزنې د منجمنت ټیمونه وه.

له هغه وروسته مونږ تالقان ته چې په شمالي سیمه کې موقعیت لري ولاړو او هلته د ښوونې او روزنې د منجمنت پر ټیم برسیره ۱۱ نورو ګډون کونکو هم برخه واخیسته او همدا رنګه ځینو نورو کارمندانو لکه د رئیس مرستیال هم پدې ورکشاپ کې ګډون وکړ.

پر تبصرو باندې د قضاوت کولو له مخې دې ورکشاپ په زړه پورې نتیجه ورکړه او دا واقعیت د پوهې په هکله د یوې آزموینې په اخیستلو سره تائید شو. مګر که چېرې له پوهې څخه کار نه اخیستل کیږي نو بیا به دا بول پوهه هیڅ معنی ونلري.

راځئ چې وګورو مونږ او همکاران به له دې وسیلې څخه د راتلونکو پلانونو په جوړولو کې څه بول ګټه واخلو. په بله وینا ددې وسیلې ګټې به هلته څرکندې شي چې پوه شو دا روزنه څومره ښه بلل شوي ده. په هر صورت اوس دریو واړو ساحوي دفترونو علاقه ښودلې چې د LFA روزنیز فعالیت دې د ساحوي دفترونو د نورو کارمندانو لپاره هم دوام ومومي او مونږ (د ETSU کارمندان) اراده لرو چې له هغوی سره دا مرسته وکړو.

طرق فعال نگهداشتن چاهای آب‌نوشیدنی با در نظر داشت شرایط موجودهء تخنیکی در افغانستان

انجنیر محمد غنی از SRO

طوریکه به همگان معلوم است آب صحی آشامیدنی در سطح جهانی خاصتا در کشورهای عقب مانده به شمول کشور عزیز و جنگ زدهء ما افغانستان یکی از مشکلات اساسی پنداشته میشود. چنانچه تا اندازهء که سروی صورت گرفته در زمینه

نشان میدهند، صرف در حدود ۲۳فیصد جامعهء افغانی از آب نسبتا صحی برخوردار میباشند. از اینکه در کشور ما کدام واحد مشخص و هم اهنگ کننده درین مورد فعلا موجود نیست این مسائل را ادارات مربوطه به ملل متحد و مؤسسات غیر دولتی (NGOs) تا حد ممکن بدوش گرفته اند. بنابر آن بهتر خواهد بود که این مؤسسات تجارب، نظریات و پلانهای خویش را در این مورد منسجم و مشترک بسازند تا در رفع مشکل آب نوشیدنی مفید و ممد واقع شوند.

خودم منحیث یك انجنیر مدت چندین سال است که در پروژه های ابرسانی کمیتهء سویدن در ساحهء جنوب شرق (SRO)ایفای وظیفه نموده و از تجارب عملی که بدست آورده ام ذیلا خدمت خوانندگان محترم یاد آور میشوم:

طوریکه همه معلومات دارند همه ساله سطح آب های زیر زمینی (تحت الارضی) پائین شده میرود که علت اساسی آن قلت برف و باران در سالهای اخیر میباشد. بنابر این چاهای سطحی که توسط مؤسسات اعمار گردیده و یا فعلا ساخته میشوند بنابر پائین آمدن سطح آب زیر زمینی اکثرا خشك و یا مقدار ابدهی آن کمتر شده میرود خصوصا خشك سالی‌های اخیر ثابت ساخت که اعمار این نوع چاه ها حالی از نواقص نبوده و ترمیم یا بیشتر ساختن آب داخل چاه ها توسط کندن کاری بیشتر، نهایت مشکل و حتی نا ممکن است زیرا که دهن چاه کانکریت شده و رنگ (چك ها) در بین چاه ها جا بجا شده است که حفر نمودن بیشتر انها ذریعهء وسایل دستی عنعنوی(بیل، کلند و جبل) ناممکن است زیرا باعث شکستن نا بهنگام چك های موجود داخل چاه گردیده وبرای شخصی که وظیفه کندن کاری را انجام میدهد خطرناك بوده و حتی‌خطر مرگ دارد. بنابر این یگانه چارهء آن اینست که با استفاده از برمه های دستی تا عمقیکه لازم است و آب کافی بدست می‌آید برمه کاری صورت بگیرد.

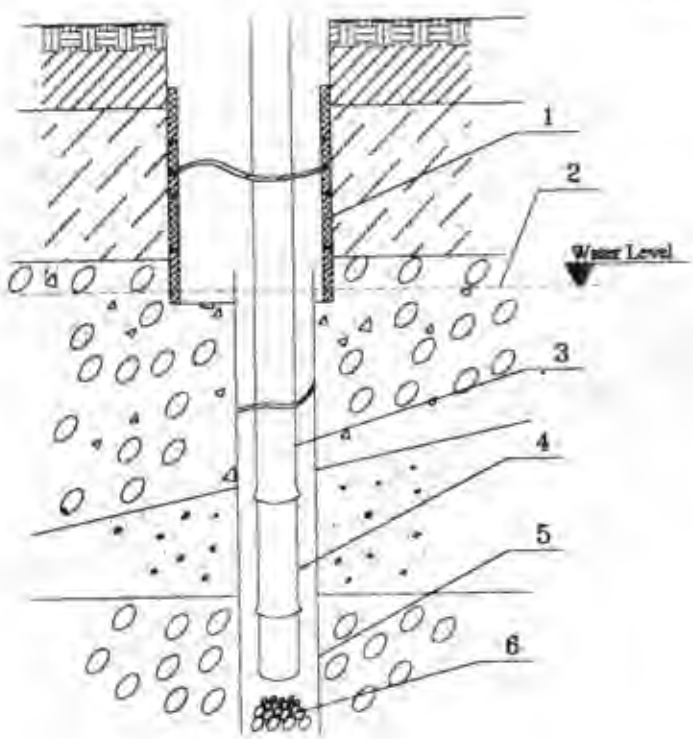
من پیشنهاد میدارم تا مؤسسات سعی کنند که در آینده از سیستم برمه کاری استفاده نمایند، زیرا دستگاه های کوچك برمه کاری نسبت به چاه های که فعلا اکثر مؤسسات ذریعه بیل و کلند طور عنعنوی حفر میکنند دارای دو امتیاز ذیل میباشند:

۱- آب چاه برمه نی نسبت به چاه عادی ثابت و امکان خشك شدن آن بسیار کم است.

۲- آب چاه برمه نی نظر به چاه عادی صحی و اطمینانی میباشد.

اما نسبت اینکه اکثریت مؤسسات غیر دولتی فعلا قدرت تخنیکی و مالی چاه های

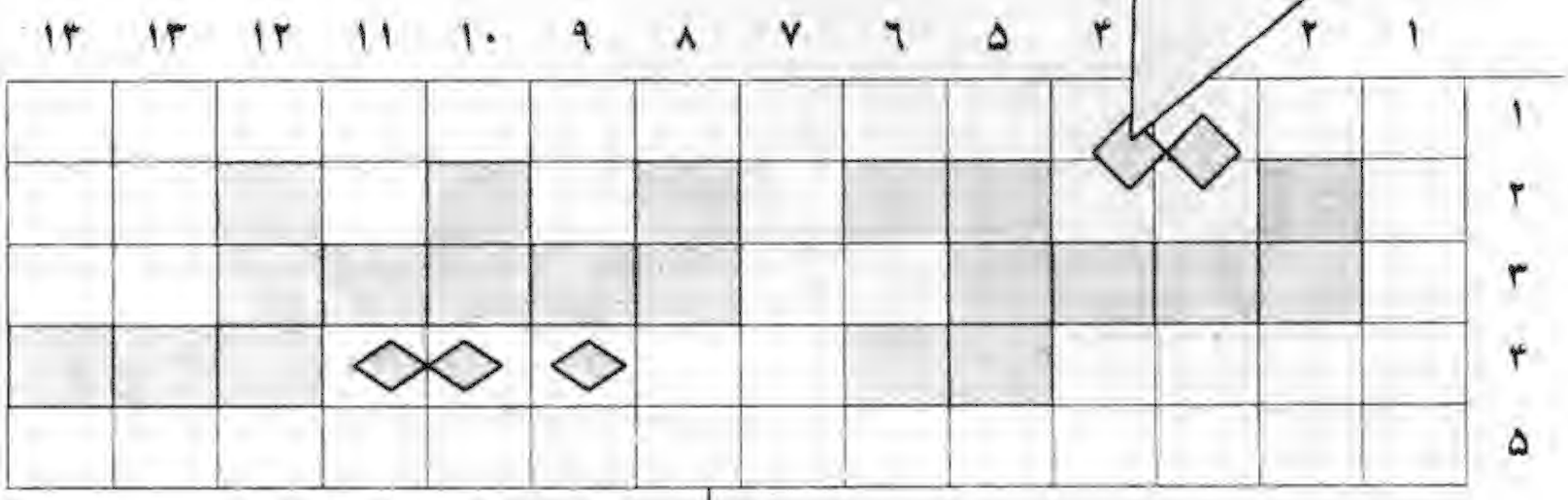
بقیه در صفحهء ۲٤



عکس مربوط صفحهء ۲۰

۱- چك های کانکریتی
۲- سطح آب (Water Level)
۳- نل پلاستیکی PVC
٤- سلندر
٥- نل محافظوی (Casing)
٦- چغله سنگ

سر گرمی ها و آزمایش هوش!



طرح و ترتیب : انجنیر عبدالواسع از بخش مالی

افقی:

۱- ضد خوب – تدبیر ارگان نشراتی ان است.
۲- نیم یاری
۳- الی – امروز به زبان پشتو
٤- خداوند (ج) – از اعضای وجود
٥- از شعرای متصوف کشور با یك حرف کم از قسمت اخیر.

عمودی:

۱- از مغز باب
۲- لو لو نصف شده
۳- از انطرف حرف نفی در لسان عربی
٤- معکوس آن در صورت درد گفته میشود
٥- .....
٦- .....
۷- از انطرف منسوب به جلال
۸- ورقهء مصارف
۹- نی پشتو ولی معکوس
۱۰- .....
۱۱- معکوس نو
۱۲- .....
۱۳- مذهب و آئین
۱٤- بدون آن غذا لذت ندارد

حل کنید و جایزه بگیرید!

۱. کدام قسمت زمین است که از ابتدا تا حال یکمرتبه بر وی آفتاب تابیده و دیگر هرگز نمی تابد.

۲. کدام بی جان است که صرف یکمرتبه راه رفته است و دیگر هرگز راه نخواهد رفت.

******

معمای شمارهء قبلی:

چهار چیز است در جهان
نی در زمین و آسمان
نی در زبان و نی قرآن
پس چیست جواب چیستان

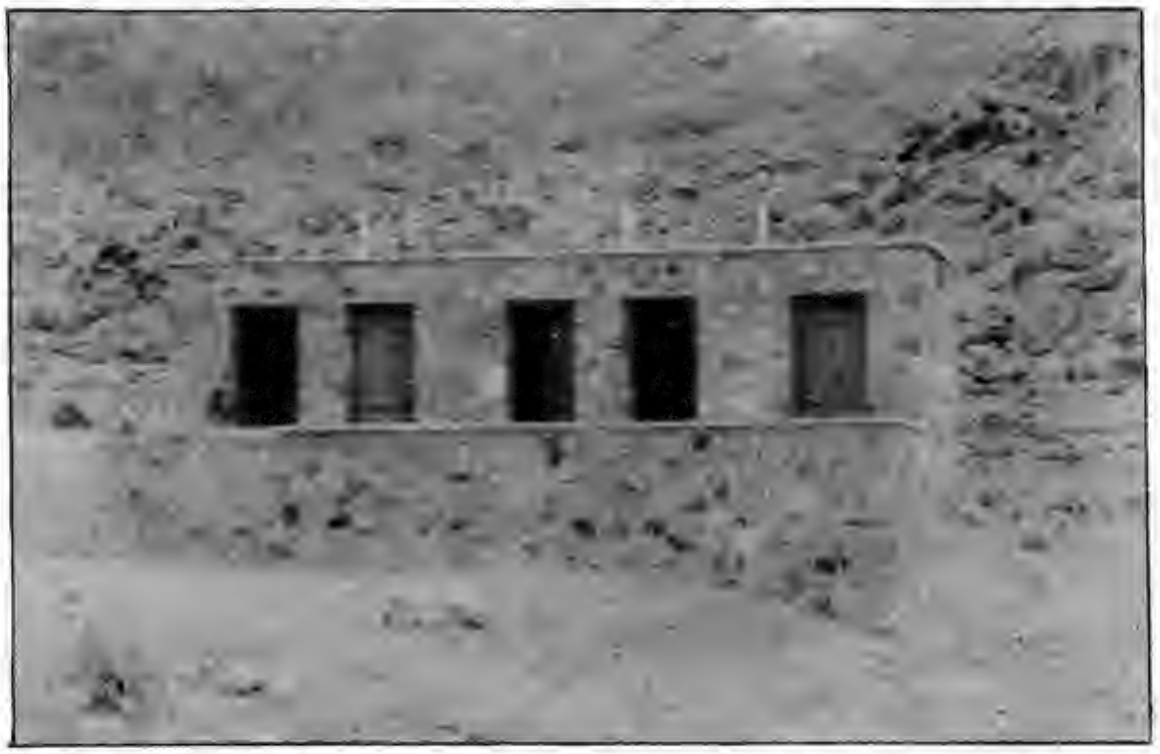
جواب:

در زمین کبر نیست
در آسمان قبر نیست
در زبان استخوان نیست
و در قرآن دروغ نیست.

خوانندهگان محترم! شما میتوانید حل جدول و معما های مجلهء "تد بیر" را الی اخیر ماه آگست به دفتر مجلهء "تد بیر" واقع دفتر مرکزی کمیتهء سویدن در شهر پشاور ارسال و در قرعه کشی جوایز این صفحه شامل گردید.

به ادامهء راپورها و گزارشات

پروگرام آبرسانی کمیتهء سویدن برای افغانستان



بخش انجنیری انکشاف دهات کمیتهء سویدن در سال جاری به تعداد یکصد باب بدرفت برای مکاتب و کلینیك های مربوط کمیتهء سویدن اعمار میکند. بدرفت های مکاتب دارای چهار کابین و از کلینیك ها دارای دو کابین خواهد بود.
ضمنا به تعداد یکصد حلقه چاه برای آن مکاتب و کلینیك های مربوط کمیتهء سویدن که چاه ندارند نیز اعمار میگردد.

به تعداد یکصد حلقه چاه تحت پروگرام جدید به نام (Self Help Project) پلان گردیده است. هدف از این پروگرام جدید Self Help Project این است که مردم در آن سهم بیشتری نسبت به پروگرام های عادی خواهند داشت.

البته تحت پروگرام عادی به تعداد بیش از یکهزار حلقه چاه پلان گردیده است تا درسال جاری حفر و ساخته شود.

د ختیځ زون سیمه ایز دفتر د جلال آباد څخه کابل ته لاړ

د افغانستان لپاره د سویډن د کمیټې د ختیځ زون سیمه ایز دفتر د اداری او لوژستیک د څانګو په پوره همکاری سره د روان شال د مې د میاشتې د ۱۹ نیټې څخه تر ۲۳ نیټې پورې د جلال آباد نه کابل ښار ته انتقال شو او د هغه نوې آدرس دا دی:

د حاجی یعقوب ګلور لاری
د(آی سی آر سی) او اهیلو ترست)
دفتر سره نژدې
د لسمې امنیتی حوزی سرک
د تیلفون نمبر: ۳۲ ۴۳۵

بیائید بخندیم!!!

مریض پر خور

داکتر رو به مریض نموده و بعد از معاینهء دقیق از وی پرسید:
شما در نان شب چه نوش جان میکنید؟
مریض: خواهش میکنم داکتر صاحب لطفاً زحمت نکشید هر چه تیار باشد درست است.

خشو

مرد اولی: من خوشویم را دایما به فرق سرم مینشانم.
مرد دومی: معلوم میشود که وی را بیش از حد دوست دارید.
مرد اولی : نخیر ، این به خاطر آن است که میخواهم رویش را نبینم.

گپ مردها یك گپ است.

رفقای نصرالدین از او پرسیدند: چند سال داری؟ وی جواب داد: ٤٠ سال. سال بعدی باز هم پرسیدند و نصرالدین عین جواب را داد. بالاخره رفقای او به تنگ آمده و گفتند تو هر سال همین جواب را میدهی. نصرالدین جواب داد: نشنیدید که میگویند مردها را یك گپ است.

کیسه بر

یوه ورځ زما د یوه ملګری پلار د روغتون د مخې څخه په یوه بس کې کیناست. فکر یې نه وه چې تر څنګ یې یو کیسه بر ناست دی او په جیب ئې ګوتې وهي. کله چې د سړي پام شو نو کیسه بر ته یې وویل:
ماما هسې ځان مه په تکلیفوه دا ټول کاغذونه دي پیسې مې ټولې په روغتون کې مصرف کړې.

نادیه بیدار د خدیجه الکبری (رض) د مدرسې د څلورم

خیاط و مشتری

نصرالدین که دکان خیاطی داشت رو به مشتری: تکهء شما کم است باید یك متر دیگر بیاورید. مشتری: استاد شما شش ماه قبل برای من از همین اندازه تکه یك جوره لباس تهیه نموده بودید و حالا چطور آیا در ظرف شش ماه من به همین اندازه بزرگ شده ام؟
نصرالدین: جان برادر اگر شما بزرگ نشده اید پسران من که بزرگ شده اند.

ای کاش

دوتن ازشاگردان مکتب از مقابل یك دکان میگذشتند که در لوحهء آن نوشته بود"مال فروخته شده واپس گرفته نمیشود" در این وقت شاگرد اولی رو به دومی نموده و گفت: ای کاش در صنف ما هم نوشته میبود که "درس داده شده دوباره پرسان نمیشود."

شاگرد تنبل

معلم رو به والدین شاگرد کرده و گفت: پسر شما واقعاً خیلی ها ضعیف است. دیروز از وی پرسیدم که:
احمد جان به من بگو که اگر من دو تخم به تو و سه تخم برای برادرت بدهم جمعاً چند تخم خواهد شد.
پسر شما در جوابم با شرمنده گی خاصی گفت: معلم صاحب شما تخم داده نمی توانید.

بقیهء شب کوری و ...

۱- تهیه مستحضرات ویتامین A برای اشخاصیکه در خطر جدی فقدان ویتامین A هستند.

برای اشخاص ذیل ویتامین A را با دوز بلند ندهید:

A- برای خانم های حامله وآنهایکه ممکن به زودی حامله شوند. زیرا این عمل ممکن سبب سؤ شکل در جنین شود.

های حامله و شیرده باید غذای غنی از ویتامین A را بخورند.

B- دوز اضافه تر از مقدار معین و یا اضافه تر از یك دوز هر سه ماه بعد (به استثنای تداوی فقدان ویتامین A و سؤ تغذی شدید) میتواند سبب سر دردی، دلبدی، استفراغ و اسهال گردد خانم های حامله و شیرده باید غذای غنی از ویتامین A را بخورند.

۱- برای فامیل ها تعلیم داده شود که غذای غنی از ویتامین A را خصوصا برای اطفال تهیه نمایند، و این بهترین طریقه طویل المدت و قابل تطبیق وقایه فقدان ویتامینA میباشد.

A - همراه با فامیل ها در مورد ضروریات خصوصا ضررویات خانم های حامله و شیرده و اطفال خورد سال به ویتامین A صحبت گردد.

B - مادرها تشویق گردند تا برای نوزادان خود (Colestrum) یعنی فله خود را بدهند زیرا فله بهترین منبع ویتامین A میباشد.

C- برای مادر توصیه نمایید که غذاهای غنی از ویتامین A مثل سبزیجات برگدار سبز، جگر، زردك، تخم، شیر و غیره بخورند و هم برایشان فهمانده شود که تخم در جذب ویتامین A کمك میکند و ضمنافامیل ها را تشویق کنید که اطفال خود را واکسین نمایند.

د افغانستان لپاره د ... پاتې برخه:

احتوا کوي او د شاگردانو (نجونو او هلکانو) لپاره د دې زمینه برابروي چې عملا په خپل ورځني ژوند کې د هغه نه استفاده وکړي. د کتابتونونو یوه بله برخه تشکیلوي.

هغه کتابونه چې د اجتماعی علومو سره اړه لري لکه د افغانستان لنډ تاریخ. د افغانستان جغرافیه، د افغانستان تاریخي ودانی. محلي ورزشونه او همدارنگه د افغانستان د مختلفو کلتوري او فرهنگي ارزښتونو په هکله دي. د کتابتونونو د کتابونو یوه بله برخه ده.

➢ د ژبې په برخه کې د عمومي معلوماتو. د پښتو او دري ژبو اړیکو تر منځ د اړیکو او مصورو کیسو په هکله کتابونه د ماشومانو د زده کړې او مهارتونو د ودې لپاره په کتابتونونو کې ځای پر ځای کړی شوي دي. برسیره پردی د کتابخانو د کتابونو د صحیح استعمال لپاره د هر ښوونځي څخه یو تن ښوونکی د کتابخانی د مسول په حیث تاکل شوي، چې پدې ډول سره د کتابونو څخه منظمه استفاده وکړای شي او هم د ځینو کتابونو مشخصات او خصوصیات په درسي ساعتو کې د کتابخانو د مسولینو له خوا معرفي شي او زده کوونکې یې لوستلوته وهڅول شي.

د سویدن د کمیټې د ښوونې او روزنې څانگې دښوونځیو د کتابتونونو د لا ښه موثریت لپاره په دوامداره شکل د نورو معیاري موادو او کتابونو تهیه کول په نظر کې نیولي دي.

بقیهء طرق فعال ...

برمه ئی را نداشته و یك اندازه مصارف بیشتری را ایجاب میکند. پس بهترین طریقه این خواهد بود که الی رسیدن به سطح آب زیر زمینی چاه به شکل عادی وعنعنوی به کمك مردم حفر شده و بعد از آن تا عمق ۱۰ الی ۱۵ متر پائین تر توسط برمه های محلی و مروج موجود در کشور برمه کاری صورت بگیرد و در قسمت بالائی آن چك های کانکریتی جابجا شده و قسمتی که برمه گردیده توسط نلهای محافظوی (Casing)استحکام و با در نظرداشت آب و طبقات داخل چاه فلتر جا بجا شود.

چنانچه بخش انجنیری دفتر ساحوی جنوب شرق (SRO) کمیتهء سویدن در پروژه های آبرسانی یحی خیل، جانی خیل و خیر کوت مربوط ولایت پکتیکا به کمك مالی و تخنیکی مردم محل از میتود فوق استفاده کرده که نتیجهء نسبتا خوب داده است.

یگانه نقص میتود متذکره این است در طبقات احجار سخت، برمه کاری تا حدی مشکل است اما در طبقات احجار نرم و نیمه سخت یکی از بهترین و موفق ترین طریقه در شرایط موجود کشور همین برمه کاری میباشد.

PROPERTY OF ACKU

This is TADBEER

This is the Third volume of TADBEER, a new magazine from Swedish Committee for Afghanistan.

Our main purpose with this magazine is to serve our Afghan staff and other Afghan readers with useful information about the Swedish Committee assistance to the Afghan community. TADBEER is published quarterly.

Contents

- Asalam U Aleikum
- Add to your religious Knowledge
- Aid of Swedish Committee for Afghanistan
- NEWS
- Education Program
- Reportage
- Planning With LFA
- Afghan Culture & Monuments
- Pomes
- Health Situation in Alishing Valley
- Regrets
- You and your health
- LFA Workshops
- Sustainability of Wells
- Puzzels
- Jokes

Becomes one of our Contributors!

For making this magazine even better, we need a lot of people contributing with articales, drawings, photos, ideas and suggestions. Please send us a letter. We also would like to get more views on our magazines, please tell us what you think about it. We are depending on our readers, so please take up your pen!

You find us here

For contact with the editors at the Information Unit of SCA, please give your messages to the offices of Swedish Committee for Afghanistan in Jalalabad, Ghazni, Taloqan, Mazar-e- Sharif and in Kabul. Or by mail to our office in Pakistan. Which is:

Swedish Committee for Afghanistan,
Information Unit,
GPO Box 689, Peshawar – Pakistan
Tel: 0092 – 91 – 84 02 57
Fax: 0092 – 91 – 84 05 19
Email – address: infosca@brain.net.pk

TADBEER

Published by Swedish Committee for Afghanistan

Under the guidance of	: SCA Editorial Board
Editor -in- Chief	: Aake Johansson
Consultant Advisor	: A. Farid Arifi
Layout & Design	: Misaqia D. Seema
Number of Copies	: 4000 copies
Printed by	: ACBAR Printing Press, Peshawar

لبخند از روزن تاریك به امید آینده های روشن.